

## ÇOCUK SAĞLIĞINDA DOKTORLARIN DİKKAT ÇEKMEDİĞİ VİTAMİN B12 EKSİKLİĞİ

B12 vitamin eksikliği, çocuklarda megaloblastik anemi, büyüme ve gelişme geriliği, ciddi nörolojik hasar ve uzun dönem entelektüel bozukluklara neden olur. Bu nedenle eksikliğin önlenmesi, tanınması, tedavi edilmesi infant ve çocukların sağlıklı gelişimi için önemlidir.

B12 vitamini eksikliği görülme sıklığının ırk, çevre, cinsiyet, yaş, sosyoekonomik düzey ve beslenme alışkanlıklarına göre farklılıklar göstermesi her ülkenin kendi içinde prevalans çalışması yapmasını gerekli kılmıştır.

### B12 Vitamini Eksiklik Bulguları

Kobalamin eksikliğinden esas olarak hızlı çoğalan dokular, özellikle kemik iliği, gastrointestinal sistemin (GIS) iç yüzeyi ve sinir sistemi etkilenir.

#### Genel Belirtiler:

Büyüme-Gelişme geriliği-İştahsızlık-Hipotoni-Letarji-Deride hiperpigmentasyon-İrritabilite-Güçsüzlük-Taşikardi-Kalpde sistolik üfürüm – Hepatomegali

#### Gastrointestinal (mide ve bağırsaklarla) ilgili Belirtiler:

-İştahsızlık-Bulantı-kusma-İshal-Aftöz stomatit (Ağız içi yaralar)-Glossit (Konuşmada sorunlar)-Generalize malabsorpsiyon (Bağırsaklarda Kötü Emilim)-Yutma güçlüğü

#### Nörolojik Belirtiler:

-Nöro-motor gelişme geriliği ve gerileme-Duyusal kayıplar-Paraliziler (Felçler)-Ataksi (Kas Bozukluğu)-Hafıza kayıpları-Hipotoni (Tansiyon düşüklüğü)-Konvülsiyon (Çırpınma)-Koma-Anormal hareket ve tremorlar (titremeler)-Kişilik değişiklikleri –Depresyon -Okul başarısında düşme

**Vitamin B12 eksikliği genellikle düşük sosyoekonomik düzeyi olanlarda ve 2 yaş altında sık görülmektedir.** Süt çocuklarındaki yüksek sıklık oranı, annelerindeki eksiklikten dolayı düşük vitamin deposuyla doğmuş olmaları ve düşük vitamin B12 konsantrasyonlu anne sütüyle beslenmelerine bağlı olabilir. 2 yaş ve 12-17 yaş aralığında yoğunlaşması bu yaş gruplarının risk altında olduğuna işaret etmektedir. Hayvansal gıda tüketiminin yetersiz olduğunu gösteren demir eksikliği olan hastalarda vitamin B12 düzeylerine bakılmalıdır.

Süt çocuklarının annelerinin %77'sinde vitamin B12 eksikliği, % 41'inde anemi tespit edildi. **Vitamin B12 eksikliği, özellikle 0-2 yaş ve adolesan dönemde sık görüldüğü için bu yaş grubundaki hastalarda rutin olarak vitamin B12 düzeyi bakılmalı ve bu yaş grubundaki hastalara daha sık hayvansal gıda tüketimi önerilmelidir.**

Ülkemiz şartlarında yenidoğanlara K vitamini gibi rutin olarak tek doz vitamin B12 yapılabilir. Bunun yanında gebelerdeki ve annelerdeki eksiklik mutlaka tedavi edilmeli ve annelere beslenme eğitimi verilmelidir. Çölyak hastalığı, parazit ve diğer sorunlar hastalarında vitamin B12'nin emilim bozukluğu eşlik edebilir. Bu nedenle bu hastalar vitamin B12 eksikliği açısından tetkik edilmelidir.

**(Çölyak hastalığı bağırsaklardaki sindirimi sağlayan villus denilen yapıların bozulmasına sebep olan ve dolayısıyla da yiyeceklerdeki besinin emilmesini engelleyen ve ince bağırsakta hasarlar oluşturan bir sindirim hastalığıdır.)**

**Faydalanılan Kaynak:**

Dr. Ülker ÇELİK, Çocuk Kan Hastalıkları Bilim Dalında Vitamin B12 Eksikliği Tanısıyla Takip Edilen Hastaların Retrospektif Olarak İncelenmesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı Ve Hastalıkları Anabilim Dalı 272967-Uzmanlık Tezi Samsun Mart-2011